



**You have downloaded a document from
RE-BUŚ
repository of the University of Silesia in Katowice**

Title: O potrzebie socjologii snów słów kilka

Author: Grzegorz Libor

Citation style: Libor Grzegorz. (2014). O potrzebie socjologii snów słów kilka. W: G. Libor, M. Michalska (red.), "Wielopropblematowość - wybrane aspekty ponowoczesności" (S. 127-135). Katowice : Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego



Uznanie autorstwa - Użycie niekomercyjne - Bez utworów zależnych Polska - Licencja ta zezwala na rozpowszechnianie, przedstawianie i wykonywanie utworu jedynie w celach niekomercyjnych oraz pod warunkiem zachowania go w oryginalnej postaci (nie tworzenia utworów zależnych).



UNIwersYTET ŚLĄSKI
W KATOWICACH



Biblioteka
Uniwersytetu Śląskiego



Ministerstwo Nauki
i Szkolnictwa Wyższego

O potrzebie socjologii snów słów kilka

Abstract: The article by Grzegorz Libor treating about the need of creating the sociology of dreams, a new branch in sociology, constitutes an intellectual provocation. The author, in his considerations, moves from an individual dimension of the notion of a dream to the social one, and explains how the dream is interpreted in the Biblical tradition, psychology, psychoanalysis, cognitivism, as well as popular culture. The researcher also outlines the methodology of studies in the sociology of dreams thanks to the proposal of realizing traditional questionnaires and conducting Internet analysis. For example social portals where people share their dream experiences.

Key words: sociology, psychology, dreams, methodology

Jesteśmy z tego samego materiału co nasze sny.

William Shakespeare

W niniejszym artykule postaram się przedstawić kilka argumentów przemawiających za koniecznością wprowadzenia zupełnie nowej subdyscypliny socjologii, tj. socjologii snów. Z przeprowadzonych badań wynika bowiem, że w skali roku przeciętny człowiek ma około 1000 snów. Zdarzają się jednak i noce, kiedy pojawia się od 4 do 6 snów. Sny, które występują tej samej nocy bardzo często dotyczą tego samego lub zbliżonego tematu. Po przebudzeniu, pozbawieni należytej koncentracji, pamiętamy jednak najczęściej tylko 1, najwyżej 2 sny. Badania pokazują również, że niektórzy z nas dysponują o wiele lepszą zdolnością zapamiętywania snów niż pozostali. Są i tacy, którzy przez kilka tygodni, a nawet kilka miesięcy nie są w stanie przypomnieć sobie ani jednego snu, co nie oznacza jednak, że nie śnią. Ponadto ludzie mający trudności ze snem mogą mieć nie tylko problemy

z wykonywaniem codziennych czynności, lecz także doświadczać wyjątkowo intensywnych halucynacji¹.

W języku polskim bardzo często dochodzi do pomieszania dwóch istotnych pojęć – pojęcia spania, rozumianego jako codzienne zamykanie i otwieranie oczu na kilka, a nawet kilkanaście godzin celem regeneracji, oraz pojęcia marzenia sennego, w czasie którego doświadczamy różnorodnych wizji i obrazów.

Oba te pojęcia nierzadko zastępuje się jednym, wspólnym terminem snu. W języku angielskim kwestię tę rozwiązano wyraźnym zróżnicowaniem słów *sleep* oraz *dream*. Problematyka snów ma zatem także swój wymiar semantyczny.

Tego typu sytuacja wynika z faktu, że każdy sen rozumiany jako angielskie *sleep*, a więc spanie, składa się z dwóch faz – fazy REM (*rapid eye movement*) i fazy non-REM, która z kolei dzieli się na 4 cykle, począwszy od I, zwanego też lekkim snem, do IV, a więc snu wolnofalowego lub snu delta. Stany snu wolnofalowego pełnią funkcje regeneracyjne, dlatego ich brak lub niedobór powoduje poczucie zmęczenia i brak należytej koncentracji. Faza REM związana jest natomiast z dużą aktywnością neuronalną, czego przejaw stanowi zarówno ruch gałek ocznych oraz niska amplituda, a także mieszane częstotliwości na elektroencefalogramie (EEG), jak i zwiótczenie mięśni, tzw. paraliż senny. Faza REM związana jest z naszymi marzeniami sennymi, tj. angielskim *dream*. Po zaśnięciu przechodzimy przez fazy I, II, III i IV, po których poruszamy się z powrotem od IV do III i II, po czym rozpoczyna się I faza REM. Fazy REM powtarzają się co 90 minut od 4 do 6 razy w ciągu całego snu. Wraz z długością snu wydłuża się również długość trwania fazy REM². To właśnie wówczas tworzone są różnorodne, czasem niezwykle skomplikowane treści naszych snów, które po przebudzeniu wywołują mieszane uczucia, od niepokoju przez radość aż do euforii. Najczęściej śnionymi motywami są natomiast: doświadczenie latania, pływania, egzaminu zaliczeniowego, rozmowy ze zmarłymi, nagości w miejscach publicznych oraz różnego rodzaju katastrof³.

Niezwykła treść ludzkich snów sprawiła, że bardzo szybko stały się one przedmiotem zainteresowania nie tylko przeciętnego Kowalskiego, lecz także przedstawicieli świata nauki. Nie bez znaczenia był również fakt, że sny zyskały pewną wartość kulturową, a także symboliczną. Wystarczy sięgnąć po *Księgę ocalenia*, w reżyserii Alberta i Allena Hughesów, jeden z najlepszych dramatów science-fiction, jaki ukazał się na ekranach polskich kin w 2010 roku – pod tytułową księgą kryje się Biblia. Już w Księdze Rodzaju czytamy: „A gdy słońce chyliło się ku zachodowi, Abram zapadł w głęboki sen i opanowało go uczucie lęku, jak gdyby ogarnęła go wielka ciemność. I wtedy to Pan rzekł do Abrama: »Wiedz o tym

¹ L. LAPOINTE: *Dreams*. „Journal of Medical Speech-Language Pathology” 2004, No. 2 (12), s. 1–7.

² J.L. ROERING: *Awakenings in the Management of Sleep Disorders*. „Drug Topics” 2001, No. 13 (145), s. 65–75.

³ L. LAPOINTE: *Dreams...*, s. 1–7.

dobrze, iż twoi potomkowie będą przebywać jako przybysze w kraju, który nie będzie ich krajem, i przez czterysta lat będą tam ciemnieni jako niewolnicy; aż wreszcie ześlę zasłużoną karę na ten naród, którego będą niewolnikami, po czym oni wyjdą z wielkim dobytkiem. Ale ty odejdiesz do twych przodków w pokój, w późnej starości zejdziesz do grobu» (Rdz 15,12–15). W innym fragmencie czytamy z kolei: „Tej samej jednak nocy przyszedł Bóg do Abimeleka we śnie i powiedział do niego: »Umrzesz z powodu tej kobiety, którą zabrałeś, gdyż ona ma męża«” (Rdz 20,3). Jednym z najbardziej znanych przykładów jest z pewnością sen faraona, będący zapowiedzią 7 lat tłustych i 7 chudych, jakie miały nastąpić w Egipcie za jego rządów. „W dwa lata później faraon miał sen. [Śniło mu się, że] stał nad Nilem. I oto z Nilu wyszło siedem krów pięknych i tłustych, które zaczęły się paść wśród sitowia. Ale oto siedem innych krów wyszło z Nilu, brzydkich i chudych, które stanęły obok tamtych nad brzegiem Nilu. Te brzydkie i chude krowy pożarły siedem owych krów pięknych i tłustych. Faraon przebudził się. A kiedy znów zasnął, miał drugi sen. Przyśniło mu się siedem kłosów wyrastających z jednej łodygi, zdrowych i pięknych. A oto po nich wyrosło siedem kłosów pustych i zniszczonych wiatrem wschodnim. I te puste kłosy pochłonęły owych siedem kłosów zdrowych i pełnych [...]” (Rdz 41,1–7).

Jak zaznacza jednak ks. Tomasz Jelonek na łamach kwartalnika „Życie Duchowe”: „Nie w każdym śnie należy widzieć znak od Pana Boga. Ponieważ jednak na jawie często jesteśmy zaabsorbowani czymś innym, co nie sprzyja odkrywaniu znaków Bożych, bywamy kuszeni, by nasze sny traktować magicznie. Chcielibyśmy widzieć w nich gotową objawioną wolę Bożą, a nie jedynie jakieś znaki. Niejednokrotnie sen może okazać się dla kogoś ważną wskazówką od Boga. Tertulian wskazywał jednak, że w sny człowieka może wplątać się zły duch. Dla biblisty nie ma wątpliwości, że zły duch jest realną, wrogą rzeczywistością, która ma dostęp do człowieka i która, by go zniewolić, może wykorzystać jego sny. Dlatego ważne są sposoby rozeznawania duchowego snów”⁴.

Historia faraona i Józefa pojawia się również w Koranie, dlatego też błędem byłoby sądzić, że symboliczny wymiar snów funkcjonuje jedynie w naszej zachodnioeuropejskiej kulturze. W rezultacie, jak pisze Sharon Packer, znaczenie i istota snów dyskutowane są dziś przez przedstawicieli różnych warstw społecznych, począwszy od sfery nauki, kończąc na sferze folkloru. Nadprzyrodzona interpretacja snów była charakterystyczna przede wszystkim dla społeczeństw przednaukowych. Na skutek nastania epoki New Age związanej z kryzysem tradycyjnych form religijności interpretacje te zyskały jednak ponownie na popularności⁵. Ważną rolę w tym procesie odegrała również kultura popularna i promujące jej treści mass media.

⁴ *Duchowość i sny*. Z Józefem AUGUSTYNEM SJ, Kasprem CZECEM, psychologiem, oraz ks. Tomaszem JELONKIEM, biblistą, rozmawiają Dominika Szczawińska i Sylwester Strzałkowski, „Życie Duchowe” 2007, nr 50.

⁵ S. PACKER: *Dreams in Myth, Medicine, and Movies*. Westport 2002, s. 99.

W ten sposób rozpoczął się na Zachodzie proces kształtowania się trzeciego w historii ludzkości, zdaniem Andrzeja Wiercińskiego, rodzaju światopoglądu, który łączy cechy dwóch pozostałych, tj. światopoglądu magiczno-religijnego oraz światopoglądu filozoficznego⁶.

W przypadku omawianej tu problematyki snów przykładem pierwszego będzie wiara w mistyczny charakter przeżyć doświadczanych w trakcie snu. Egzemplifikację drugiego natomiast stanowi koncepcja ojca psychoanalizy Zygmunta Freuda, która zakłada, że podstawową funkcją marzeń sennych jest ich funkcja ochronna względem samego snu, dlatego też zyskały one u autora *Objaśniania marzeń sennych* miano tzw. strażników snu. Miały one chronić śpiącego nie tylko przed nagłym oraz nieoczekiwanym wybudzeniem, lecz także przed impulsami pochodzącymi ze świata zewnętrznego. Z niektórych snów budzimy się jednak sami, co Freud tłumaczył napięciem wywołanym silniejszym niż zazwyczaj odczuwaniem ich treści. Pojawiająca się wówczas presja staje się zbyt dużym obciążeniem dla naszego umysłu i świadomości, powodując dyskomfort, a następnie drastyczne dla dalszego funkcjonowania przebudzenie. Zdaniem twórcy *Wstępu do psychoanalizy*, błędem byłoby przypisywać snom jakąkolwiek funkcję psychologiczną. W swej istocie oraz sposobie działania nie prowadzą one bowiem ani do rozładowania napięcia, ani do wyzbycia się wspomnianych już treści represyjnych. Sny są jedynie manifestacją naszej podświadomości i przedświadomości. Stanowią jawną treść tego, co ukryte. Nie są jednak identyczne. Wtórna zawartość ulega bowiem zniekształceniu zgodnie z trójfazowym schematem kondensacji, przemieszczenia i reprezentacji. Pod postacią mniej lub też bardziej skomplikowanych scenariuszy sny są odzwierciedleniem naszych największych obaw oraz lęków, a także traumatycznych przeżyć, których doświadczyliśmy wówczas, gdy relacje z naszym otoczeniem były dla rozwoju naszego społecznego „ja” – a więc naszej osobowości – szczególnie ważne, tj. w okresie dorastania. Freud podkreśla jednak, jak już wspomniano, że sny same w sobie nie uwalniają nas od tego typu napięć i trudności. Ponadto sami nie jesteśmy w stanie we właściwy sposób interpretować i rozumieć naszych marzeń sennych. I tu znacząca staje się rola psychoanalityków, którzy, zdaniem ojca psychoanalizy, posiadają niezbędną wiedzę oraz doświadczenie w analizie nie tylko materialnej zawartości snu, lecz także jej ukrytych podstaw oraz treści. Tym zresztą różni się podejście Freuda od bardziej mu współczesnych badaczy znaczenia oraz roli snów, którzy wpisując się w tworzący się obecnie światopogląd naukowy, wskazują na możliwości samego śniącego, potrafiącego samodzielnie lub też z niewielką pomocą wspomnianego już psychoanalityka wnikać w głąb siebie, poznać swoje słabości, największe obawy oraz lęki – w skrócie samego siebie⁷.

⁶ A. ZAMOJSKI: *New Age*. Kraków 2002, s. 13–31.

⁷ J. SCHNEIDER: *From Freud's Dream-Work to Bion's Work of Dreaming: The Changing Conception of Dreaming in Psychoanalytic Theory*. „International Journal of Psychoanalysis” 2010, No. 3 (91), s. 521–531.

Nieco odmienną interpretację marzeń sennych zaproponował z kolei Antti Revonsuo. Dla niego sny są swoistym poligonem doświadczalnym, rodzajem sceny, na której nasz umysł testuje różnego rodzaju scenariusze, przygotowując się w ten sposób na możliwe zagrożenia, jakie możemy napotkać w trakcie codziennego życia. Śniąc o mogących się wydarzyć niebezpieczeństwach, ćwiczymy reakcje obronne, z których najpopularniejszą jest... ucieczka – z pewnością pojawiająca się w snach większości z nas i to nie jeden raz. W ten sposób nie uczymy się jednak konstruktywnego sposobu radzenia sobie z trudnymi i nieprzewidywanymi sytuacjami, ale praktykujemy jeden z najprostszych sposobów ich unikania. Tego typu interpretacja, choć atrakcyjna, koncentruje się jednak jedynie na jednej, wybranej kategorii snów. Nie obejmuje ona pozostałych, równie często, o ile nie częściej, spotykanych marzeń sennych⁸.

Odminną, autorską propozycją jest natomiast ta, która stanowi rozwinięcie założenia, że sny są wynikiem wyładowań elektrycznych pobudzających nasze wspomnienia ulokowane w różnych obszarach ludzkiego mózgu. W ten sposób tworzone są scenariusze obejmujące różnorodne kombinacje przedmiotów i osób, świadomie lub też nieświadomie pojawiających się w codziennym życiu, oddziałujących w mniejszym lub większym stopniu na nasze zmysły. To, które obszary, a tym samym wspomnienia oraz ich elementy, podlegają swoistej aktywizacji, zależy w głównej mierze od doświadczeń minionego dnia lub minionych dni, nastroju, jaki nam towarzyszy, a także m.in. obaw związanych z tym, co ma nastąpić i co przyniesie jutro. Czynnikiem sprzyjającym aktywacji pewnych treści są również mass media, z jednej strony przyczyniające się do implementacji pewnych treści w naszych umysłach, z drugiej strony natomiast sprzyjające ich pojawieniu się w naszych snach.

Wciąż jednak brakuje wystarczających dowodów potwierdzających istnienie tego typu zależności. Może to wynikać nie tylko z niewłaściwego doboru zmiennych, lecz także z posługiwania się niedoskonałymi instrumentami pomiaru. Kolejne pytanie dotyczy tego, w jakim stopniu marzenia senne stanowią reprezentację posiadanej przez nas wiedzy. Równie istotny wydaje się wpływ naszej pamięci na proces tworzenia się marzeń sennych oraz ich strukturę. Z jednej strony można śmiało przypuszczać, że elementy, które pojawiają się w naszych snach, pochodzą bezpośrednio z naszej pamięci, z drugiej jednak, pamiętamy tylko i wyłącznie niewielką część tego, o czym śnimy. Fakt, że sny rządzą się swoimi prawami, o czym świadczą ich płynność i przebieg, sugeruje również pewien porządek i stopień zorganizowania tego, w jaki sposób funkcjonuje nasz umysł oraz mózg. Idąc o krok dalej, sposób percepcji osób oraz wydarzeń, ujawniający się w trakcie naszych marzeń sennych może dostarczać cennych informacji o procesach poznawczych, które warunkują nasze codzienne funkcjonowanie, a także społeczne istnienie⁹.

⁸ B. ATTEBERY: *Introduction: What Are Dreams For?* "Journal of the Fantastic in the Arts" 2008, No. 1 (18), s. 1–4.

⁹ D. FOULKES: *Dreaming: A Cognitive-Psychological Analysis*. New York 1985, s. 209–214.

Idea, że sami potrafimy interpretować nasze marzenia sennie okazała się furtką dla dalszych badań w tym zakresie, zwłaszcza że w ramach nowego światopoglądu zaczęto korzystać z koncepcji, jakie istniały i były powszechnie akceptowane już od wieków w innych kulturach, a które do tej pory ze względu na swój raczej duchowy, a nie naukowy, charakter traktowano na Zachodzie wyłącznie jako wyraz lokalnych wierzeń i przesądów. Przykładem tego może być fenomen świadomego snu czy też świadomego śnienia, określane jako LD, a więc *lucid dream*. U podstaw jego odkrycia legły, jak można przypuszczać, dwie przyczyny. Pierwszą było z pewnością odkrycie przez społeczeństwa definiowane jako prymitywne niezwyklej właściwości substancji zawartych między innymi w afrykańskim korzeniu snu czy też ayahuasce zwanej też pnączem duszy. Drugą natomiast – ludzka natura, która zachęca nie tylko do poszukiwania istoty nas samych, lecz także do przekraczania kolejnych barier. Nic dziwnego zatem, że w umyśle ludzkim narodziła się myśl, aby przejąć kontrolę nad własnym snem. W takich okolicznościach właśnie pojawiło się zjawisko świadomego śnienia, które zyskuje obecnie na popularności zwłaszcza wśród mieszkańców zachodniego kręgu kulturowego, w tym także Polski. Tematyka snów zyskała zatem dziś zupełnie nowe oblicze. Kontrola treści oraz przebiegu marzeń sennych stwarza zupełnie nowe możliwości nie tylko z punktu widzenia rozrywki, jaka mogłaby stać się naszym udziałem, lecz także z punktu widzenia poznania istoty i znaczenia snów. Wyobraźmy sobie bowiem sytuację przejścia kontroli nad snem, dzięki czemu, dysponując pełną i niczym nieograniczoną świadomością, mamy możliwość odbycia dyskusji z personifikacją naszych największych lęków i obaw. Inaczej mówiąc, otrzymujemy szansę komunikacji bezpośrednio z naszą podświadomością i tym, co do tej pory postrzegane było jako ukryta i trudno dostępna zawartość naszego wewnętrznego „ja”.

Ta bez wątpienia oryginalna myśl oraz idea i wynikające z niej możliwości bardzo szybko znalazły się w centrum zainteresowania mass mediów, stając się elementem kultury popularnej. Wśród dzieł kinematografii wymienić można kultowy już dziś film Camerona Crowe’a zatytułowany *Vanilla Sky*, opowiadający historię Davida Aamesa, młodego i odnoszącego liczne sukcesy wydawcy, który z powodu romansu zaznaje dobrych i złych stron świadomego snu, choć nie do końca zdaje sobie sprawę z faktu, iż to, czego doświadcza, jest konsekwencją odmiennego stanu świadomości, w jaki został wprowadzony celowo, lecz którego implementacja nie zakończyła się pełnym sukcesem. W ostatnich latach ogromnym hitem kinowym okazał się również film Christophera Nolana z Leonardem DiCaprio w roli głównej pt. *Incepcja*. W wielu fragmentach nawiązuje on wyraźnie do idei świadomego śnienia, choć przewodni motyw wszczepienia myśli do umysłu innego człowieka, który przebywa w stanie snu, tłumaczy, dlaczego dzieło to zaliczane jest do filmów science-fiction. Niemniej jednak część koncepcji filmu zgodna jest z faktami i rzeczywistością, m.in. doświadczenie snu w śnie, kreowanie rzeczywistości sennej, doświadczenie niespodziewanych ataków, a także zmienność scenerii. Ponadto główny bohater posługuje się swoistym totemem, tj. talizmanem, dzięki któremu dokonuje

regularnych testów rzeczywistości, tzn. weryfikacji tego, czy otaczający go świat jest częścią marzenia sennego, czy też nie. Talizman ten stanowi jeden z przykładów tzw. symboli sennych, które pozwalają na identyfikację stanu świadomości, w jakim w danej chwili się znajdujemy. Zbiór symboli sennych nazwano sennikiem i jako taki cieszy się coraz większą popularnością. Istnienie symboli sennych, które są nam wszystkim wspólne, dowodzi m.in. tego, że każdy z nas jest członkiem pewnej wspólnoty, w ramach której następuje swego rodzaju rozumienie i postrzeganie snów oraz definiowanie ich znaczenia. Tak oto po raz kolejny powracamy do zaproponowanej w niniejszym artykule koncepcji snów jako zbioru elementów ludzkich wspomnień zaktywizowanych przede wszystkim działaniem czynników zewnętrznych, które w ramach tej samej wspólnoty są takie same lub też podobne. W rezultacie w danych kręgach kulturowych mamy nie tylko do czynienia ze zbieżnością, jeśli chodzi o to, czego dotyczą marzenia senne, lecz także tego, w jaki sposób są one interpretowane. Dzięki temu sny stają się elementem danego społeczeństwa i jego kultury, przedmiotem rozmów i dyskusji, obiektem fascynacji oraz podsycanego przez mass media zainteresowania. Czasami budzą zachwyt, czasami niepokój, lecz niemal zawsze próbę głębszego zrozumienia i ekscytację pobudzaną dodatkowo przez możliwość decydowania o tym, o czym w danym momencie śnimy. Zjawisko świadomego snu znalazło już sporo wyznawców, nie tylko w Polsce, lecz także w innych krajach Europy Środkowo-Wschodniej.

W jego rozpowszechnieniu szczególną rolę odegrał Internet. Wpisując w przeglądarkę firmy Google frazę „świadomy sen” otrzymujemy ponad 290 tysięcy trafień. Jeśli natomiast posłużymy się jego angielskim odpowiednikiem, tj. frazą „lucid dream” wyszukiwarka wskaże 5,8 mln trafień!

Potrzeba powołania do życia wspomnianej we wstępie niniejszego artykułu socjologii snów zatem coraz bardziej się uwidocznia.

Świadomy sen stał się ponadto ważnym elementem i przedmiotem dyskusji toczonych na portalach społecznościowych, m.in. na Facebooku. Strona dedykowana świadomemu snu jest miejscem debaty oraz wymiany doświadczeń i poglądów tych, którzy doświadczyli LD lub podejmują wysiłek, aby go doświadczyć. Na Youtube natomiast odnaleźć można setki filmów poświęconych świadomemu śnieniu. Oprócz filmów każdy internauta ma dostęp do setek tysięcy plików muzycznych, które sprzyjać mają osiągnięciu odmiennych czy też zmienionych, w zależności od przyjętego tłumaczenia, stanów ludzkiej świadomości.

Nic dziwnego zatem, że fenomen świadomych snów znalazł się także w centrum zainteresowania współczesnej nauki. Przykładem mogą być pierwsze laboratoryjne badania nad istotą ludzkiego snu¹⁰ przeprowadzone przez Keitha Hearne'a oraz Stephena LaBerge'a, który potwierdził fakt istnienia oraz możliwość doświadczania świadomego snu w warunkach laboratoryjnych¹¹.

¹⁰ D. ROWE: *The Dream Doctors. How You Can Sleep Your Way to Better Health*. "Sunday Mirror" June 1997.

¹¹ F.L. ALDAMA: *Toward a Cognitive Theory of Narrative Acts*. Austin 2010, s. 148.

Istnieje wiele teorii poświęconych ludzkim snom, także tym świadomym. Większość z nich koncentruje się na psychologicznych i medycznych aspektach ich istnienia, a także na ich kulturowym znaczeniu. Niewiele uwagi poświęca się natomiast ich społecznej roli. Można bowiem, wedle przyjętej w ramach niniejszego artykułu koncepcji, traktować nie tylko treść snów, lecz także przypisywane im znaczenie jako element więzi społecznej oraz wartości łączącej członków danej wspólnoty. Sny stanowią w ten sposób odzwierciedlenie charakteru danego społeczeństwa, mimo iż odzwierciedlenie to podlega silnemu zniekształceniu. Zniekształcenie to ma jednak charakter kolektywistyczny (społeczny) oraz przebiega w taki sam lub też zbliżony sposób dla każdego z nas. Może ono ulec jednak osłabieniu, a nawet całkowitej redukcji dzięki wspomnianemu już zjawisku świadomego snu. Nieświadomy akt śnienia staje się aktem w pełni świadomym, a więc takim, w którego ramach możliwe jest bezpośrednie dotarcie do społecznego znaczenia poszczególnych symboli czy też znaków pojawiających się w naszych snach.

Takie podejście i wynikające z niego założenia stwarzają zupełnie nowe możliwości dla badań prowadzonych w ramach współczesnej socjologii. Można bowiem z powodzeniem analizować nie tylko społeczno-kulturowe uwarunkowania naszych snów, lecz także ich społeczne znaczenie zarówno dla życia jednostki, jak i funkcjonowania całego społeczeństwa. Sny stały się ponadto podstawą oraz elementem więzi społecznej, czego wyrazem może być wspomniany już fakt, iż na stałe zapisały się one nie tylko w naszym kręgu kulturowym, lecz także w pozostałych. Dziś natomiast sny są częścią kultury popularnej, znajdując wyraz m.in. w kinematografii, muzyce, fotografii oraz w treści książek oraz czasopism. Nie jest to zresztą kwestia przypadku. Wzrost zainteresowania tematyką snów wynika z faktu kształtowania się wspomnianego już nowego rodzaju światopoglądu ludzkiego – światopoglądu naukowego, charakterystycznego dla społeczeństw ponowoczesnych. Ważne jest także i to, że głównym medium promocji tego typu treści stał się Internet, gwarantujący anonimowość i możliwość nawiązania kontaktu z osobami o podobnych zainteresowaniach i upodobaniach, nawet tych najbardziej kontrowersyjnych.

Dlatego też mowa o socjologii snów. Jak pisze bowiem Earl Babbie, „Socjologowie skupiają się na tym, jak ludzie żyją razem. Konkretniej, jest to nauka analizująca interakcje i relacje między ludźmi. Nauka ta zajmuje się z jednej strony prostymi, bezpośrednimi relacjami [...] z drugiej socjologia analizuje organizacje formalne, funkcjonowanie całych społeczeństw, a nawet związki między społeczeństwami”¹². Przedmiotem interakcji mogą być jednak różne treści, a zatem także te, ujawnione w naszych marzeniach sennych, oraz ich interpretacje. Przedmiotem porównań między poszczególnymi społeczeństwami natomiast ich różnorodne cechy, tj. właściwości stanowiące wypadkową cech tworzących je jednostek. Można zatem

¹² E. BABBIE: *Istota socjologii*. Przeł. Ł. ALEKSANDER. Warszawa 2007, s. 13.

również pokusić się o porównanie marzeń sennych doświadczanych przez jedno społeczeństwo z tymi, które są udziałem drugiego.

Jeszcze inna perspektywa mogłaby zakładać badanie procesu instytucjonalizacji wierzeń w niezwykłą i magiczną treść ludzkich snów, które wykorzystywane są przez tzw. nowe ruchy religijne w ich działalności.

Od strony praktycznej z kolei, a więc realizacji konkretnych badań, możliwe byłoby zastosowanie zarówno metody ilościowej, jak i jakościowej. Z łatwością wyobrazić można sobie bowiem badania w formie ankiety oraz wywiadów dotyczących tego, co jest przedmiotem naszych marzeń sennych, jakie mają one dla nas znaczenie, jak często korzystamy z senników czy też jaką wagę przypisujemy temu, co mówią one o naszych snach.

Dysponujemy zatem nie tylko odpowiednią podstawą teoretyczną, lecz także podstawą metodologiczną, które pozwalają tworzyć nam podwaliny i dorobek stanowiącej *matière à penser* niniejszego artykułu socjologii snów.

Literatura

- ALDAMA F.L.: *Toward a Cognitive Theory of Narrative Acts*. Austin 2010.
- ATTEBERY B.: *Introduction: What Are Dreams For ?* "Journal of the Fantastic in the Arts" 2008, No. 1 (18).
- BABBIE E.: *Istota socjologii*. Przeł. Ł. ALEKSANDER. Warszawa 2007.
- Duchowość i sny*. Z Józefem AUGUSTYNEM, Kaspem CZECHEM, psychologiem, oraz ks. Tomaszem JELONKIEM, biblistą, rozmawiają Dominika Szczawińska i Sylwester Strzałkowski. „Życie Duchove” 2007, nr 50.
- FOULKES D.: *Dreaming: A Cognitive-Psychological Analysis*. New York 1985.
- LAPINTE L.: *Dreams*. "Journal of Medical Speech-Language Pathology" 2004, No. 2 (12).
- PACKER S.: *Dreams in Myth, Medicine, and Movies*. Westport 2002.
- ROERING J.L.: *Awakenings in the Management of Sleep Disorders*. "Drug Topics" 2001, No. 13 (145).
- ROWE D.: *The Dream Doctors. How You Can Sleep Your Way to Better Health*. "Sunday Mirror" June 1997.
- SCHNEIDER J.: *From Freud's Dream-Work to Bion's Work of Dreaming: The Changing Conception of Dreaming in Psychoanalytic Theory*. "International Journal of Psychoanalysis" 2010, No. 3 (91).
- ZAMOJSKI A.: *New Age*. Kraków 2002.